

УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

УДК 796.333.44/796.015.2

МЕСІТСЬКИЙ В. С.¹, МАРТИРОСЯН А. А.², ПОДОЛЯКА О. Б.³¹Кримський інженерно-педагогічний університет²Харківська гуманітарно-педагогічна академія³Череповецький державний університет

Визначення оптимальної моделі тактичної підготовки для управління навчально-тренувальним процесом у регбіліг

Анотація. Мета: визначити оптимальної моделі тактичної підготовки для управління навчально-тренувальним процесом у регбіліг. **Матеріал та методи:** у дослідженні взяли участь 34 спортсмени міст Сімферополя та Севастополя, учасники чемпіонату України з регбіліг серед дорослих команд. **Результати:** представлено оптимальні моделі тактичної підготовки для управління навчально-тренувальним процесом у регбіліг. **Висновки:** уперше в Україні наведені оптимальні тактичні модельні характеристики, що дозволяють глибше поглянути на підготовку команди до змагань та робить можливим застосування цих базових схем у всіх періодах підготовки команди, з урахуванням необхідного рівня розвитку фізичних якостей та технічної підготовленості регбістів. Це дозволяє більш оптимально управляти навчально-тренувальним процесом у підготовці як у юніорських командах, так і у командах майстрів.

Ключові слова: регбіліг, навчально-тренувальний процес, інноваційний підхід, управління, тактична підготовленість, змагальна діяльність.

Вступ. Різноманітність спортивної техніки, тактики і фізичної підготовки вимагає від фахівців підбору раціональних ефективних засобів і методів підготовки [3]. Проблема підготовки висококваліфікованих спортсменів та управління їх змагальною і тренувальною діяльністю є однією з найважливіших проблем у сучасному спорті [1; 5–7; 9].

Регбіліг є одним із видів спорту, який активно розвивається в Україні. Регбіліг – один із різновидів спортивних ігор, представляє яскраве спортивне видовище та має більш ніж вікову історію розвитку [4; 11]. Специфіка виду спорту – його швидко-силова напруженість, яка потребує високої концентрації сил упродовж довгого часу. На сучасному етапі розвитку регбіліг вимагає інноваційних підходів до методики тренування регбістів [2; 8; 10; 3]. Розробка оптимальних тактичних модельних характеристик для управління тренувальним процесом регбістів є актуальною проблемою у напрямі підвищення якості навчально-тренувального процесу [3].

У нашій країні одним із найважливіших завдань у розвитку регбіліг була проблема визначення модельних характеристик спортсменів з урахуванням їх віку та кваліфікації. Застосування моделей є базовою основою для підвищення рівня фізичної та технічної підготовленості спортсменів-регбістів [3], що дозволяє побудувати тактичні схеми розташування гравців захисту і атаки на своїй і чужій половині ігрового поля (докорінно відрізняються від інших різновидів регбі), що дозволить досить об'єктивно та своєчасно управляти навчально-тренувальним процесом та підвищити рівень спортивної майстерності в регбіліг [3].

Майже всі тренери команд регбіліг мають попередній досвід у регбі-юніон. Для більш якісної адаптації таких тренерів слід враховувати відмінності регбіліг від регбі-юніон. У регбі-юніон в тактиці переважає «політ думки» (творчий підхід), а у регбіліг – «швидкість думки». Порівнюючи гру і тактику ігор регбіліг та регбі-юніон, можна визначити їх розбіжність у порів-

няльних характеристиках, де є невелика схожість.

У регбі-юніон взаємодія гравців, їх тактичне командне розташування у захисті і атаці здійснюється виходячи з моментів розіграшу м'яча, особливо в стандартних положеннях (рак, мол), де йде збереження м'яча гравцями нападу і подальший розвиток атаки лінією захисту або нападу. При розіграві аути і сутички йде боротьба за м'яч. Якщо у регбі-юніон (регбі-15) налагоджені надійні зв'язки між гравцями, то захищатися легше, ніж атакувати. Метою захисту є нейтралізація гравця, що володіє м'ячем, і запобігання ігровим діям команди суперника для заволодіння його ігровим полем. У захисті, так як і у атаці, існують три лінії захисту.

Ключова відмінність: згідно з правилами гри в регбі-юніон – захоплений гравець позбавляється м'яча, за який команди борються в тактичних побудовах (рак, мол і т. д.).

У регбіліг тактика гри будується від захисту, більш швидкісна і динамічна гра, без довгих сутичок і розіграшів м'яча. Захоплений гравець зберігає м'яч, його звільняють від захоплення і наступну атаку починає команда, що володіє м'ячем. Після використання поспіль шести атак для набору очок команда передає м'яч супернику у разі нерезультативного закінчення даного сету. Динаміка регбіліг передбачає меншу кількість пауз у грі, це пов'язано зі швидким розіграшем і фактичною відсутністю боротьби при розіграві м'яча у стандартних положеннях гри, що робить регбіліг ще більш видовищним. У наслідок цього тривалість чистого часу гри в регбіліг складає 60 хвилин, для порівняння у регбі – 15–30 хвилин. Відповідно по тактиці гри сильно різняться і в захисті, і в нападі й складаються з різних побудов. Розробка тактичних моделей захисту і нападу дозволить достатньо об'єктивно та своєчасно управляти навчально-тренувальним процесом та підвищувати рівень спортивної майстерності в регбіліг.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи Міністерства освіти та науки, молоді та спорту на 2011–2015 рр. за

dx.doi.org/10.15391/sns.v.2014-4.007

© МЕСІТСЬКИЙ В. С., МАРТИРОСЯН А. А., ПОДОЛЯКА О. Б. 2014



темою 1.1 «Науково-методичні основи використання інформаційних технологій при підготовці фахівців галузі фізичної культури і спорту», номер державної реєстрації 0111U003130.

Мета дослідження: визначення оптимальної моделі тактичної підготовки для управління навчально-тренувальним процесом у регбіліг [3]

Відповідно до мети дослідження вирішувались наступні **завдання**:

- визначити детальну модель тактичних дій у змагальній діяльності команди у захисті на своїй і чужій половині поля;
- визначити детальну модель тактичних дій у змагальній діяльності команди в атаці на чужій і своїй половині поля.

Матеріал та методи дослідження. У роботі були використані наступні *методи дослідження*: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічні тестування, педагогічне спостереження за рівнем тактичної підготовленості з урахуванням рівня фізичної та технічної підготовленості спортсменів-регбістів. У дослідженні взяли участь 34 спортсмени міст Сімферополя та Севастополя, учасники чемпіонату України з регбіліг серед дорослих команд.

Результати дослідження та їх обговорення. На підставі проведеного системного аналізу зарубіжної та вітчизняної літератури і спостереження за змагальною діяльністю гравців у регбіліг, а також для об'єктивізації отриманої під час спостереження інформації проводилися бесіди і обмін думками провідних тренерів і гравців. Результати дослідження знайшли відображення у тактичних моделях, які пройшли апробацію в командах міст Сімферополя та Севастополя, а також застосовуються у підготовці до змагальної діяльності цих команд. Було визначено, що тактичні схеми розвитку подій кардинально відрізняються відповідно до розташування команд на полі, як у захисті, так і у нападі, як на своїй, так і на чужій половині поля (рис. 1–4).

На рис. 1 показано модель розташування команди при захисті на своїй половині ігрового поля. На схемі гравці захисту умовно розділяються: лінійно по ширині ігрового поля, по глибині, на першу і другу лінію оборони. По ширині поля гравці розташовуються за схемою: лівий фланг – 4 гравців, центр – 4 грав-

ців, правий фланг – 4 гравців. За глибиною, друга лінія складається з одного гравця (захисник-фулбек).

На рис. 2 показано модель змагальної діяльності команди у захисті на чужій половині поля. На відміну від захисту на своїй половині, крайні захисники № 2 і № 5 висувуються в другий ряд захисту, у центрі залишається гравець № 1 (фулбек), який ловить м'яч від далекого удару ногою противником з подальшим швидким розвитком контратаки і використанням оптимальних варіантів комбінацій атаки.

Атака починається відразу після оволодіння м'ячем. З початкового удару перші дві-три атаки виконують важкі гравці нападу (№ 8, 10, 11, 12), з удару після 5-го захвату – гравці задньої лінії (№ 1, 2, 5). Їх завдання – якомога швидше відіграти територію і не дати перебудуватися супернику в захисні порядки, намагаючись забезпечити перевагу на заздалегідь запланованих ділянках ігрового поля. Після чого півзахисники виводять гравців, що залишилися, на вільний простір, створюючи чисельну перевагу з подальшою реалізацією атаки за рахунок комбінаційної гри. Надалі результат атаки залежить від майстерності гравців (їх фізичних та технічних якостей).

Регбі-юніон – це гра позиційних атак. У ній перебудови відбуваються після паузи або зупинки в грі (рак, мол, коридор, сутичка). У регбіліг атаки починаються в основному зі своєї половини поля, і після кількох стрімких атак надалі відбувається формування позиційної атаки. При позиційній атаці найбільшою мірою проявляються творчі здібності регбістів, а розташування гравців на полі залежить від ситуації розташування захисників суперника. До основних моментів позиційної атаки відносяться:

- обігравання суперника;
- створення чисельної переваги;
- зміна напрямку атаки.

Позиційна атака складна і важка у виконанні і вимагає раціонального співвідношення гравців і колективних дій. Гравці № 1, 2, 3, 4, 5 в заключній фазі атаки роблять спроби за рахунок індивідуальних якостей (фінтів, прискорень і т. і.). Велике значення має творча здатність гравців при прийнятті та реалізації нестандартних рішень.

При переході від захисту до нападу напрямок ата-

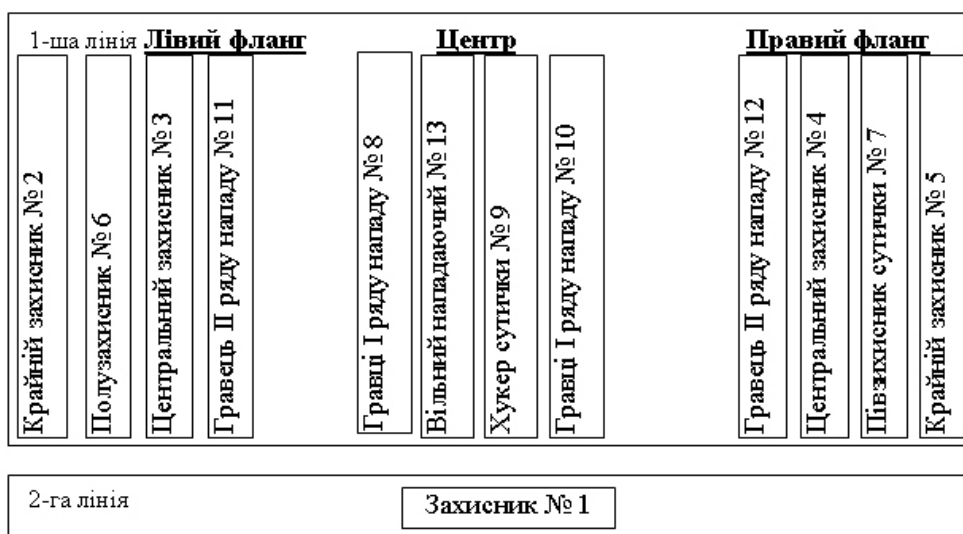


Рис. 1. Тактична модель змагальної діяльності команди у захисті на своїй половині ігрового поля

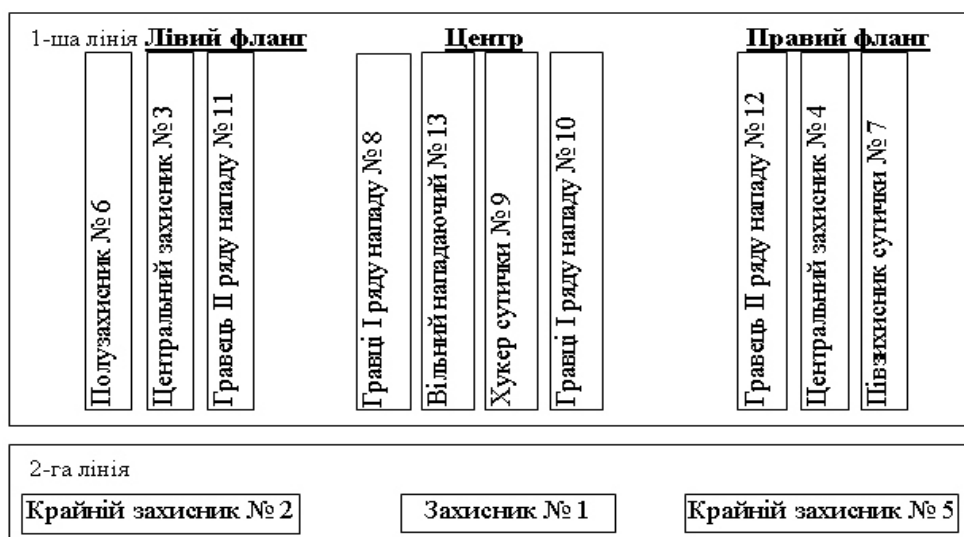


Рис. 2. Модель змагальної діяльності команди у захисті на чужій половині поля

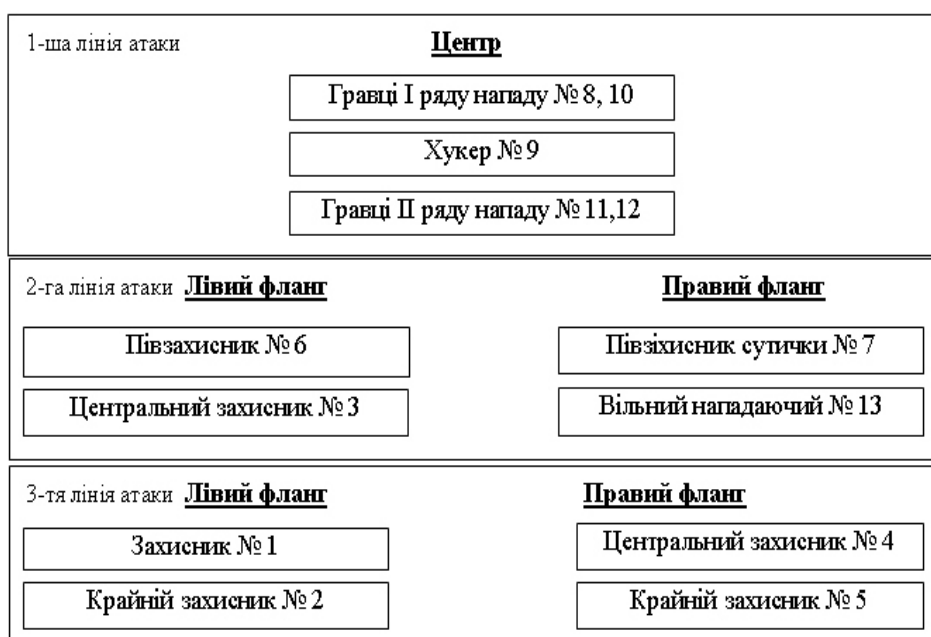


Рис. 3. Модель змагальної діяльності команди в нападі на своїй половині ігрового поля

ки багато в чому залежить від правильного розподілу і наявності фізичних можливостей гравців і команди суперника, яка дозволяє результативно атакувати за наявності їх слабких місць в даній ситуації.

Дії команди в атаці при переході від захисту до нападу зі своєї половини поля відображена на рис. 3. Відповідно до моделі змагальної діяльності команди в нападі на своїй половині ігрового поля:

1) перша лінія атаки: центр складається з гравців стовпів № 8 і № 10, атакуючого маркера – хукера № 9 та гравців 2-го ряду нападу № 11 і № 12;

2) друга лінія: лівий фланг складається з 2-х гравців, це півзахисник № 6 та центральний захисник № 3.

Відповідно правий фланг складається теж з 2-х гравців: півзахисник сутички № 7 та вільний нападник № 13.

3) третя лінія: лівий фланг, це захисник № 1 та крайній захисник № 2.

Правий фланг атаки, це центральний захисник

№ 4 і крайній захисник № 5.

Модель розташування команди на чужій половині поля відрізняється від схеми нападу на своїй половині поля (рис. 4).

1) перша лінія атаки: центр складається з гравців стовпів № 8, № 10 та хукера № 9;

2) друга лінія: лівий фланг атаки складається з півзахисника № 6, гравця 2-го ряду нападу № 11 та захисника № 1.

Правий фланг складається також з 3-х гравців, це півзахисник сутички № 7, гравець 2-ї лінії нападу № 12 та вільний нападник № 13;

3) третя лінія: лівий фланг, це центральний захисник № 3 і крайній захисник № 2.

Правий фланг: центральний захисник № 4 і крайній захисник № 5.

Висновки. Уперше в Україні проведений глибокий аналіз змагальної діяльності команд регбіліг, причому розподіл команд здійснювався по лініях і по сторонах, як в атаці, так і в захисті. Розроблено аналітичні

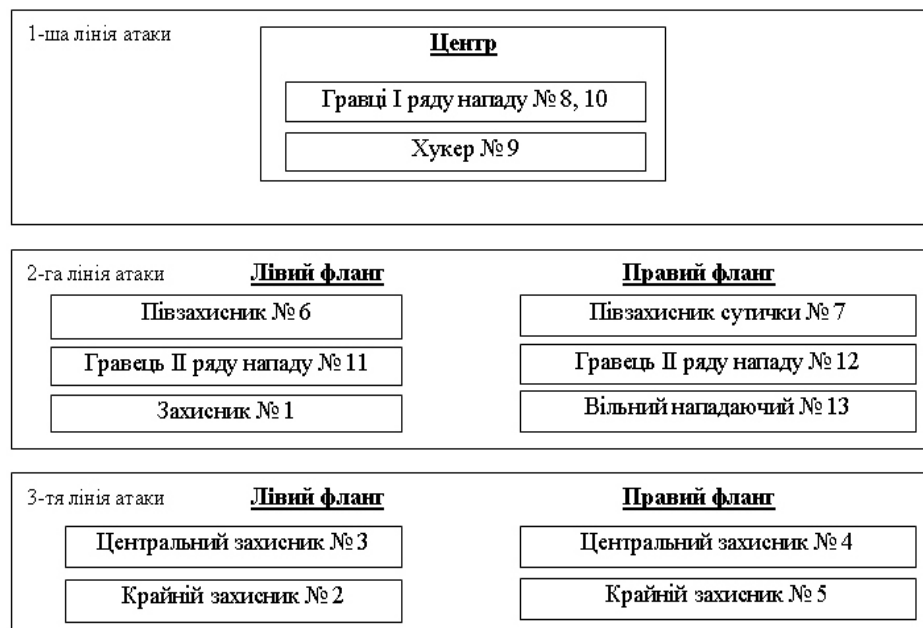


Рис. 4. Модель команди змагальної діяльності у нападі на чужій половині поля

тактичні моделі підготовки команд у регбіліг. Спираючись на основи і аналіз модельних характеристик регбістів, зазначених у статті [3], які сформовані за показниками моделей загальної фізичної, спеціальної та технічної підготовленості, дають можливість ефективно використовувати їх у розроблених тактичних моделях атаки та захисту, що дозволяє раціонально використовувати гравців зі змінами напрямків атаки, і є ефективним орієнтиром для підвищення якості гри

у регбіліг.

Перспективи подальших досліджень. З підвищенням рівня майстерності і фізичної підготовленості регбістів і подальшою зміною правил в бік видовищності та зменшення пауз у грі, можливі зміни тактичних моделей, як для підготовки команд, так і їх змагальної діяльності, що може призвести до суттєвих трансформаційних змін, які будуть досліджуватися.

Список використаної літератури:

1. Мартиросян А. А. Особенности технико-тактической подготовки квалифицированных регбистов / А. А. Мартиросян // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2003. – № 6. – С. 80–82.
2. Пасько В. В. Використання комп'ютерних технологій в учбово-тренувальному процесі у контактних ігрових видах спорту (на прикладі регбі) / В. В. Пасько // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2010. – № 1–2. – С. 151–155.
3. Пасько В. В. Модельні характеристики як основа управління учбово-тренувальним процесом спортсменів-регбістів 16–18 років / В. В. Пасько, О. Б. Подоляка, А. А. Мартиросян // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 4. – С. 165–168.
4. Пасько В. В. Регбилиг как приоритетный вид спорта для Украины / В. В. Пасько, О. Б. Подоляка, А. А. Мартиросян, И. Ю. Филенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 4. – С. 165–168.
5. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
7. Подоляка О. Б. Определение принципов общего анализа соревновательной деятельности команд в американском футболе / О. Б. Подоляка // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : [Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С. С.]. – Харків : ХДАДМ (ХХПИ), 2003. – № 10. – С. 56–60.
8. Подоляка О. Б. Доцільність використання комп'ютерних технологій у регбі / О. Б. Подоляка, В. В. Пасько // Матеріали VII всеук. наук.-практ. інтернет-конф. – Ч. 8. – К., 2010. – С. 28–29.
9. Подоляка О. Б. Методические основы подготовки команд по регбі-7 в вузах Украины / О. Б. Подоляка, А. А. Мартиросян // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : [сб. ст. электронная науч. конф. : г. Харьков, 15 января 2005 г.] : [под ред. С. С. Ермакова]. – Харьков : ХГАДИ, 2005. – С. 114–115.
10. Подоляка О. Б. Навчальна комп'ютерна програма «регбі-13» для вдосконалення навчально-тренувального процесу в регбіліг / О. Б. Подоляка, В. В. Пасько // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2011. – № 4. – С. 163–168.
11. Pasko V. V. Organization aspects of Rugby League are in Ukraine / V. V. Pasko, O. B. Podolyaka, A. A. Martyrosyan, I. U. Filenko // Materialy VIII mezinarodni naukowo-prakticka conference «Nauka i informacja – 2012» : Physical culture and sport : Przemysl. Publishing House «Nauka i studia». – Volum 20. – Stran. 67–69.

Стаття надійшла до редакції 19.05.2014 р.
Опубліковано: 31.08.2014 р.

Аннотация. Меситский В. С., Мартиросян А. А., Подоляка О. Б. **Определение оптимальной модели тактической подготовки для управления учебно-тренировочным процессом в регбилиг.** *Цель:* определение оптимальной модели тактической подготовки для управления учебно-тренировочным процессом в регбилиг. *Материал и методы:* в исследовании приняли участие 34 спортсмена городов Симферополя и Севастополя, участники чемпионата Украины по регбилиг

среди взрослых команд. **Результаты:** представлены оптимальные модели тактической подготовки для управления учебно-тренировочным процессом в регбилиг. **Выводы:** впервые в Украине рассматриваются оптимальные тактические модельные характеристики, которые позволяют глубже взглянуть на подготовку команды, которая делает возможным применять эти базовые схемы во всех периодах подготовки команды в целом, с учетом необходимого уровня развития физических качеств и технической подготовленности регбистов. Это позволяет более оптимально управлять учебно-тренировочным процессом в подготовке, как в юниорских командах, так и в командах мастеров.

Ключевые слова: регбилиг, учебно-тренировочный процесс, инновационный подход, управление, тактическая подготовка, состязательная деятельность.

Abstract. Mesitskiy V., Martirosyan A., Podolyaka O. Determination of optimum model of tactical preparation for training process control in regbilig. Purpose: determination of the optimal model of tactical training for management training process in regbilig. **Material and methods:** 34 sportsmen of cities of Simferopol and Sevastopol, participant of championship of Ukraine, took part in research, from regbilig among grown man commands. **Results:** presented the optimum model of tactical preparation for control training process in regbilig. **Conclusions:** first optimum tactical model descriptions, developed on the basis of deep analysis of appearances of the best commands of the world, Superligi of England, are examined in Ukraine, NRL of Australia, which allow deeper to give a glance on preparation of command which does possible to apply these base charts in all periods of preparation of command on the whole, taking into account the necessary level of development of physical qualities and technical preparedness of rugby-players. It allows it is more optimum to manage an training process in preparation, both in junior commands and in the commands of masters.

Keywords: regbilig, training process, innovative approach, management, tactical preparedness, contention activity.

References:

1. Martirosyan A. A. Slobozhans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2003, vol. 6, pp. 80–82. (rus)
2. Pasko V. V. Slobozhans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2010, vol. 1–2, pp. 151–155. (ukr)
3. Pasko V. V., Podolyaka O. B., Martirosyan A. A. Slobozhans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2012, vol. 4, pp. 165–168. (ukr)
4. Pasko V. V., Podolyaka O. B., Martirosyan A. A., Filenko I. Yu. Slobozhans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2012, vol. 4, pp. 165–168. (rus)
5. Platonov V. N. Obshchaya teoriya podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Obshchaya teoriya i yeye prakticheskiye prilozheniya [The general theory of training athletes in Olympic sports. General theory and its practical applications], Kyiv, 1997, 584 p. (rus)
6. Platonov V. N. Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte [System of training athletes in Olympic sports], Kyiv, 2004, 808 p. (rus)
7. Podolyaka O. B. Pedagogika, psikhologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vikhovannya i sportu [Pedagogy, psychology, medical-biological problems of physical education and sport], Kharkiv, 2003, vol. 10, pp. 56–60. (rus)
8. Podolyaka O. B., Pasko V. V. Dotsilnist vikoristannya komp'yuternikh tekhnologiy u regbi: Materiali VII vseuk. nauk.-prakt. internet-konf. [The feasibility of using computer technology in rugby. Materials of Conference], Kyiv, 2010, pp. 28–29. (ukr)
9. Podolyaka O. B., Martirosyan A. A. Problemy i perspektivy razvitiya sportivnykh igr i yedinoborstv v vysshikh uchebnykh zavedeniyakh [Problems and prospects of development of sports and martial arts in higher education], Kharkov, 2005, pp. 114–115.
10. Podolyaka O. B., Pasko V. V. Slobozhans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhanskyi science and sport bulletin], Kharkiv, 2011, vol. 4, pp. 163–168. (rus)
11. Pasko V. V. Organization aspects of Rugby League are in Ukraine / V. V. Pasko, O. B. Podolyaka, A. A. Martirosyan, I. U. Filenko // Materialy VIII mezinarodni naukovu-prakticka conference «Nauka i informacija – 2012»: Physical culture and sport : Przemysl. Publishing House «Nauka i studia». – Volum 20. – Stran. 67–69.

Received: 19.05.2014.

Published: 31.08.2014.

Месітський Велор Серверович: Кримський інженерно-педагогічний університет: пров. Учебний 8, м. Сімферополь, 95015, Україна.

Меситский Велор Серверович: Крымский инженерно-педагогический университет: пер. Учебный 8, г. Симферополь, 95015, Украина.

Velor Mesitsky: Crimean Engineering-Pedagogical University: alley. Educational 8, Simferopol, 95015, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0001-6053-9559

E-mail: velor_rugby@mail.ru

Мартіросян Артур Артурович: Харківська гуманітарно-педагогічна академія: Руставелі 7, м. Харків, 61001, Україна.

Мартirosyan Артур Артурович: Харьковская гуманитарно-педагогическая академия: Руставели 7, г. Харьков, 61001, Украина.

Arthur Martirosyan: Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy: Rustaveli, 7, Kharkiv, 61001, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-9574-9203

E-mail: arturrugby@hotmail.com

Подольяка Олег Борисович: Череповецкий государственный университет: пр-т Луначарского, б. 5, м Череповец, Вологодская обл., 162600, Россия.

Подольяка Олег Борисович: Череповецкий государственный университет: пр-т Луначарского, д. 5, г. Череповец, Вологодская обл., 162600, Россия.

Oleg Podolyaka: Cherepovets State University: Ave Lunacharskogo 5, Cherepovets, Vologda region, 162600, Russia.

ORCID.ORG/0000-0001-5606-1409

E-mail: podol@inbox.ru